

주간식단표(2024. 02.26~ 2024. 03.03)

	2월 26일	2월 27일	2월 28일	2월 29일	3월 01일	3월 02일	3월 03일
	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일
행복을 여는 아침	밥/계살죽 물만두계란국 소고기청경채볶음 들깨무나물볶음 고추잎지무침 배추김치	밥/들깨죽 근대된장국 주먹떡갈비조림 감자그린빈스볶음 콜라비무생채 배추김치	밥/흑임자죽 된장찌개 가오리양념찜 우엉고추장조림 청포묵표고무침 배추김치	밥/녹두죽 호박새우젓찌개 우채도라지볶음 견과멸치볶음 가지파리조림 배추김치	밥/양송이버섯죽 누룽지탕 돈사태장조림 잡채어묵컬리볶음 오징어젓야채무침 배추김치	밥/옥수수죽 소고기미역국 코다리조림 건새우호박볶음 오이치커리무침 배추김치	밥/새우살죽 냉이바지락탕 닭살두반장볶음 콩나물두부찜 궁채절임 배추김치
	계란후라이	깻잎지	알타리김치	김구이	동치미	더덕무침	북어채무침
간식	달콤한베지밀	블루베리요거트	스위트애플망고	아몬드잣두유	비피더스	단호박식혜	사과당근주스
정성이 가득한 점심	현미밥/새우살죽 짬뽕순두부찌개 깻잎간장닭갈비 비빔막국수 볼어묵야채볶음 배추김치	완두콩밥/단호박죽 버섯샤브샤브국 대구무조림 큰게맛너겟 참나물겉절이 배추김치	기장밥/소고기야채죽 홍합탕 훈제오리부추팽이찜 두부동그랑땡전 물미역오이무침 배추김치	차조밥/부추닭죽 매생이떡국 등갈비김치찜 계란장조림 키위사과샐러드 배추김치	현미밥/전복야채죽 청국장찌개 닭볶음탕 해물미나리전 삼색겨자냉채 배추김치	흑미밥/낙지야채죽 무청된장국 제육볶음 새송이감자조림 양배추찜&보리쌈장 배추김치	차조밥/호박야채죽 뼈없는갈비탕 갈치고구마순조림 버섯탕수 얼갈이나물 배추김치
	숙갓나물	애호박볶음	고구마범벅	새송이버터구이	깻순볶음	열무김치	쭈꾸미초회
간식	딸기마들렌&주스	사과	꿀호떡&수정과	미니핫도그&주스	바나나	카스텔라&우유	포도요거트
건강을 생각 하는 저녁	밥/소고기야채죽 돈육고추장찌개 순살삼치후라이 햄느타리볶음 마늘쫀간장조림 배추김치	밥/참치야채죽 닭곰탕 돈육고추잡채 크랜베리단호박찜 멸치묵은지지짐 깍두기	밥/브로컬리당근죽 콩나물국 오징어당면볶음 해쉬브라운튀김 취나물무침 배추김치	밥/표고버섯죽 사골우거지국 임연수조림 수수부꾸미 새콤세발나물무침 배추김치	밥/연두부죽 북어채무국 소고기팽이볶음 들깨토란대볶음 상추된장초무침 배추김치	밥/땅콩죽 김치찌개 연양식바삭불고기 명란계란찜 꼬시래기야채무침 배추김치	밥/계란죽 가쓰오어묵국 찜스테이크 메추리알카레조림 숙주오이무침 배추김치
	오이소박이	돌나물냉채	샐러리장아찌	참치오이볶음	유자연근조림	뽕잎나물볶음	간장무채장아찌
원산지 표시	밥,잡곡(백미,현미,흑미,참쌀녹두:국내산) 콩비지,두부류:대두(외국산),닭,오리:국내산, 소고기:호주산, 돼지고기:국내산,삼겹:칠레,전복:국산 배추김치(배추,고춧가루:중국산),깍두기:무(국산),고춧가루(중국산),고춧가루:중국산,열무김치:열무,고춧가루(국산)낙지:베트남,중국산,북어채:러시아 만두(돼지):국내산,참치캔(가다랑어):원양,멸치:국산,건새우:중국산,오징어채:중국산,등갈비:국내산 코다리: 러시아,가자미:수입산,대구:원양산,가오리:수입산,임연수:미국,갈치: 모코코산, 바삭불고기:돈육(외국산) 바지락: 국산,바지락살:중국,새우살:베트남,물만두:돈육(국산),떡갈비:돈육(국산),우육(호주산),두부동그랑땡:돈육(국산)						

© 위 식단 및 원산지는 식자재 수급 및 시장 사정에 의해 변경 될수 있습니다.